

Восстановление речи после инсульта: где в Колпино получить помощь?

Большая часть людей, перенесших инсульт, страдает от утраты важных функций и способностей организма: зрения, слуха, двигательной активности, нарушенной речи и др. Нарушение речи — одно из самых распространенных осложнений инсульта: у одних речь становится невнятной и сбивается, у других полностью пропадает возможность выразить свои мысли словами. Ведь отсутствие общения, возможности разговаривать со своими близкими и друзьями, «выпадение» из привычного образа жизни является дополнительным стрессом. Преодоление этих сложностей требует комплексной и активной реабилитации, которая позволит избежать повторения инсульта и поможет восстановить нарушенные функции.

Человек, у которого случился инсульт:

- расставляет слова в неправильном порядке;
- не может вспомнить названия предметов;
- не понимает людей, которые к нему обращаются;
- не может выговорить некоторые звуки;
- теряет способность ясно выражать свои мысли.

Нарушение понимания или воспроизведения уже сформированной устной речи после инсульта называются афазией. Восстановление речи после инсульта — одна из важнейших задач при реабилитации. Важно не откладывать этот процесс на потом: чем раньше начать, тем больше шансов на успех!

Речевое нарушение может носить долговременный характер, но поддается коррекции. Также бывают случаи, когда речь восстанавливается постепенно, сама по себе. К сожалению, это происходит крайне редко, и человеку



не обойтись без специальной реабилитации под присмотром квалифицированных специалистов и близких. Очень важно постараться восстановить речь, однако надо понимать, что этим должен заниматься исключительно квалифицированный специалист.

Занятия со специалистом/логопедом афазиологом по восстановлению речи после инсульта

Работу по коррекции речевых нарушений следует начинать сразу же после прохождения острого периода заболевания. Важно понимать, что только специалист, имеющий опыт работы с афазией, может определять тактику проведения занятий, точно установить вид нарушения речи и распланировать коррекционные мероприятия. На практике редко встречается явный и чистый вид нарушения, поэтому эффективное направление восстановительной работы определяется индивидуально с каждым человеком.

В соответствии с состоянием и типом речевого нарушения составляется личный план занятий, но основные принципы сохраняются в любом случае:

- наиболее важный период для коррекции речи после инсульта — первые полгода-год. Впоследствии человек адаптируется к своему состоянию и регенеративные способности мозга снижаются. Хотя даже и через год, и позже коррекция состояния речи вполне возможна при работе хорошего специалиста и поддержке родственников;

- занятия не должны перегружать человека. Первые занятия могут длиться не более 5-7 минут, впоследствии удлиняясь до получаса. При этом только специалист может оценить нагрузку и способность человека заниматься;

- в начале занятий специалист должен провести речевое растормаживание, для чего не требуются сложные упражнения. Важно найти эмоциональную составляющую, на которой человек захочет выйти на диалог. Поэтому рекомендуется не менять специалиста в процессе работы, так как он уже хорошо знает того, с кем работает, тип его нарушения речи, особенности и склонности;

- несмотря на то, что не следует перегружать человека, все заня-

тия должны идти от простого к сложному для того, чтобы не терялся прогресс;

- в коррекционной работе хорошие результаты дает музыкотерапия, рисование, пение, облегчая возможность развития функций речи.

Работа специалиста с родственниками человека, перенесшего инсульт

Нельзя не учитывать важность сотрудничества членов семьи со специалистом. Часто он предлагает родственникам присутствовать на некоторых занятиях, чтобы они могли понять методику и технику выполнения упражнений. Ведь залогом результата — это регулярная и тщательная работа.

Важно, чтобы родственники поддерживали позитивный настрой занимающегося и оказывали ему психологическую поддержку. Здесь родственникам также поможет общение со специалистом, который сможет объяснить суть происходящих процессов и подсказать, каким образом вести домашнюю работу по коррекции речевых нарушений.

Советы специалиста членам семьи человека, перенесшего инсульт:

- не ограничивайте общение с родственником, даже в случае значительных нарушений речи. Спокойные, позитивные беседы на интересующие его темы стимулируют включиться в диалог и не позволяют чувствовать себя отстраненным от общества;

- старайтесь не выражать недовольство медленными результатами восстановления речи или неправильно выполненными упражнениями. Работа специалиста всегда направлена на развитие ощущения успешности, позитивный настрой, который придает сил и желания заниматься дальше;

- досконально следуйте инструкциям в выполнении занятий дома. Помните, что только специалист знает, как можно помочь вашему родственнику;

- не перегружайте! Излишние нагрузки даже при хороших стремлениях могут привести к обратному результату;

- ограничивайте просмотр телевизора, так как он тоже способствует перегрузке.

- поддерживайте родственника в его занятиях, подчеркивайте даже незначительные достижения и не оставляйте коррекционных усилий. В полном и своевременном сотрудничестве можно полностью восстановить речь!

В Центре социальной реабилитации инвалидов и детей-инвалидов Колпинского района «Поддержка» квалифицированным специалистом проводятся занятия по восстановлению речи после инсульта. По результатам проведенной диагностики специалист составит для Вас индивидуальную программу занятий, подбирает удобное время для занятий с учетом Ваших пожеланий и возможностей Центра!

Кроме того, по Вашему желанию, Вы можете записаться на занятия в музыкальную и театральную студию, на занятия адаптивной физической культуры, что в комплексе позволит ускорить процесс реабилитации и восстановления речи!

Центр находится по адресу: Санкт-Петербург, г. Колпино, ул. Красная, д. 12, лит. А.

Часы работы:
понедельник-четверг: с 9.00 до 18.00;
пятница: с 9.00 до 17.00;
обеденный перерыв: с 13.00 до 13.48.

По всем Вашим вопросам звоните по телефону: (812) 246-32-09

НАШИМ ГУРМАНАМ

Куриная грудка с яблоками

Питательное и низкокалорийное куриное мясо хороший выбор для ужина. Белки перевариваются довольно долго, это значит, что у вас не возникнет желания наесть чего-нибудь ночью перед сном. Можно готовить куриную грудку или любую другую часть кури-

цы. Запекайте ее, готовьте на пару или на гриле, можно потушить вместе с овощами.

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Куриное филе - 3 шт
- Яблоки - 2 шт
- Лук репчатый - 1 головка
- Чеснок - 2 зубчика
- Сок яблочный - 1 ст
- Горчица французская в зернах - 2 чл
- Масло сливочное - 3 стл

- Соль по вкусу
- Перец красный молотый по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Куриное филе приправить солью и специями.
2. Сливочное масло растопить. Обжарить филе по 2-3 минуты с каждой стороны.
3. Яблоки нарезать дольками. Лук нарезать полукольцами, чеснок измельчить.
4. Готовое филе выложить

на тарелку.

5. На том же масле, где жарилось филе, обжарить яблоки и лук. Выложить. Добавить на сковороду яблочный сок и горчицу. Уварить соус на 2/3, до густоты.

6. Вернуть на сковороду грудку, яблоки и лук. Готовить еще несколько минут до готовности.

Приятного аппетита!



СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

- бесплатная консультация
- док-ты по программе ИПР
- ВЫЗОВ специалиста на дом
- продажа батареек
- ремонт слуховых аппаратов

ЦЕНТР СЛУХОВЫХ АППАРАТОВ
производства Швейцарии, Дании, Германии



режим работы: пн - пт 10.00 - 18.00 т. 981-31-71 м.т. 8-911-282-41-71
Колпино, ул. Пролетарская, дом 3, www.sluhmaster.ru

ВЕЛО-КОЛПИНО
продажа-ремонт-прокат

**ВЕЛОСИПЕДЫ
САМОКАТЫ** ГОРОДСКИЕ,
ТРЮКОВЫЕ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ ONLINE НА САЙТЕ VELOKOLPINO.CITY
ул. Тазаева 3 • 981-44-66

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ В НАШЕЙ ГАЗЕТЕ ☎ 929-44-39 gorod-kolpino@mail.ru www.gorod-kolpino.ru